

Einführung in ChatGPT

Grundlagen der Interaktion mit künstlicher Intelligenz – Fragen stellen, Probleme lösen, Ideen entwickeln.

Beispielprompt

Erkläre mir, wie eine Wärmepumpe funktioniert, so dass es ein zehnjähriges Kind versteht.



Beispielprompt

Fasse dieses Schreiben in drei Sätzen zusammen und nenne alle Fristen.



Inhalt

01	Einführung in künstliche Intelligenz 3
	Was ist künstliche Intelligenz? · KI ist längst Alltag · Was seit 2022 neu ist: generative KI
02	Was ist ChatGPT? 5
	Herkunft und Name · So funktioniert ein Gespräch · Anwendungsbereiche · Varianten und Zugang · Grenzen
03	Erste Schritte: Konto und Oberfläche 7
	Konto anlegen · Die Oberfläche · Gute Gewohnheiten von Anfang an
04	Grundlegende Interaktionen 9
	Fragen stellen · Antworten steuern · Das Gespräch fortführen · Woher weiß ich, ob die Antwort stimmt?
05	Problemlösung mit ChatGPT 11
	Vorgehen in fünf Schritten · Rückfragen anfordern · Beispiele · Schritt für Schritt denken lassen
06	Kreative Anwendungen 13
	Ideen sammeln · Texte schreiben lassen · Rollen vergeben · Bilder erzeugen
07	Tipps und Tricks für gute Prompts 15
	Die vier Bausteine · Vorher und nachher · Weitere Techniken · Typische Fehler
08	Ethik und Datenschutz 17
	Was mit Ihren Eingaben passiert · Was nicht in ChatGPT gehört · Im Beruf · Verantwortung bleibt bei Ihnen
09	Fortgeschrittene Funktionen 19
	Websuche · Dateien und Fotos · Bilder · Sprachmodus · Canvas · Projekte · Gedächtnis · GPTs · Denkmodus
10	Praktische Anwendungen in Alltag und Beruf 21
	Im Alltag · Im Beruf · Wie es nach dem Kurs weitergeht
A–C	Anhang 23
	A Prompt-Vorlagen · B Glossar · C Weitere KI-Assistenten

Einführung in künstliche Intelligenz

Sie wissen, was mit künstlicher Intelligenz gemeint ist, wo sie Ihnen längst begegnet und was das Neue an Programmen wie ChatGPT ist.



Einführung in künstliche Intelligenz

Was ist künstliche Intelligenz?

Künstliche Intelligenz (KI) bezeichnet Computerprogramme, die Aufgaben erledigen, für die bisher menschliches Denken nötig war: Sprache verstehen, Bilder erkennen, Muster in Daten finden, Vorschläge machen. Dahinter steckt kein Bewusstsein und kein Verständnis, sondern Mathematik: Das Programm hat aus sehr vielen Beispielen gelernt, welche Antwort zu welcher Eingabe passt.

KI ist längst Alltag

- Der Spamfilter im E-Mail-Postfach sortiert Werbung aus.
- Das Navigationsgerät berechnet die schnellste Route und weicht Staus aus.
- Das Smartphone erkennt Ihr Gesicht beim Entsperren.
- Streamingdienste und Onlineshops schlagen vor, was Ihnen gefallen könnte.
- Sprachassistenten wie Siri oder Alexa verstehen gesprochene Befehle.
- Die Autokorrektur ergänzt beim Tippen das nächste Wort.

Was seit 2022 neu ist: generative KI

Die genannten Beispiele erkennen und sortieren. Generative KI geht einen Schritt weiter: Sie erzeugt neue Inhalte – Texte, Bilder, Musik, Videos, Programmcode. ChatGPT ist das bekannteste Beispiel dafür. Der Kern ist ein sogenanntes Sprachmodell, das mit riesigen Textmengen aus dem Internet, aus Büchern und anderen Quellen trainiert wurde. Dabei hat es gelernt, wie Sprache aufgebaut ist und welches Wort mit hoher Wahrscheinlichkeit auf das vorherige

folgt. Genau das tut es beim Antworten: Es berechnet Wort für Wort die wahrscheinlichste Fortsetzung Ihrer Eingabe.

Diese Arbeitsweise erklärt sowohl die Stärken als auch die Schwächen: Das Modell formuliert flüssig und kennt unzählige Themen, aber es „weiß“ nichts im menschlichen Sinn. Es kann überzeugend klingende Antworten geben, die trotzdem falsch sind.

Kurz erklärt

Ein Sprachmodell rät nicht im Sinne von Zufall – es berechnet auf Basis von Milliarden gelesener Sätze, welche Fortsetzung am wahrscheinlichsten ist. Das Ergebnis klingt fast immer plausibel. Ob es stimmt, ist eine andere Frage.

Das kann generative KI gut

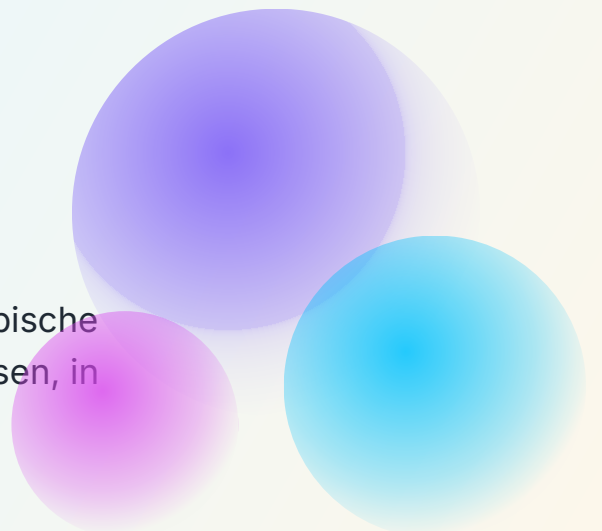
- Texte schreiben, umformulieren, kürzen und übersetzen
- Komplexe Themen einfach erklären
- Ideen sammeln und Varianten vorschlagen
- Lange Dokumente zusammenfassen
- Strukturen vorschlagen: Gliederungen, Pläne, Tabellen

Das kann sie nicht (oder nur eingeschränkt)

- Garantieren, dass eine Aussage stimmt
- Aktuelle Ereignisse kennen, ohne im Internet nachzusehen
- Verantwortung übernehmen
- Ihre Situation kennen, wenn Sie sie nicht beschreiben
- Rechtlich oder medizinisch verbindlich beraten

Was ist ChatGPT?

Sie kennen Herkunft, Funktionsweise und typische Anwendungsbereiche von ChatGPT und wissen, in welchen Varianten es angeboten wird.



Was ist ChatGPT?

Herkunft und Name

ChatGPT wurde im November 2022 vom US-amerikanischen Unternehmen OpenAI veröffentlicht und erreichte innerhalb weniger Wochen Millionen Nutzer. Der Name setzt sich zusammen aus „Chat“ – Sie unterhalten sich mit dem Programm wie in einem Messenger – und „GPT“, der Abkürzung für die Modellfamilie von OpenAI (Generative Pre-trained Transformer). Gemeint ist ein vortrainiertes Modell, das Inhalte erzeugt.

So funktioniert ein Gespräch

1. Sie schreiben eine Eingabe, den sogenannten Prompt – eine Frage, eine Aufgabe oder eine Bitte.
2. Das Sprachmodell berechnet daraus eine Antwort und zeigt sie Wort für Wort an.
3. Sie können nachfragen, korrigieren oder eine andere Fassung verlangen. Innerhalb eines Chats „erinnert“ sich ChatGPT an den bisherigen Verlauf.
4. Ein neuer Chat beginnt ohne Vorwissen aus anderen Chats – außer Sie nutzen die Gedächtnisfunktion (Modul 9).

Anwendungsbereiche

- Schreiben: E-Mails, Briefe, Bewerbungen, Beiträge, Reden
- Verstehen: Erklärungen, Zusammenfassungen, Übersetzungen
- Planen und Organisieren: Reisen, Wochenpläne, Einkaufslisten, Projektschritte
- Lernen: Fragen zu einem Thema, Abfragen, Übungsaufgaben, Sprachen üben
- Kreativität: Ideen, Namen, Gedichte, Geschichten, Bilder
- Technik: Excel-Formeln, Programmcode, Fehlermeldungen entschlüsseln

- Dokumente auswerten: PDF-Dateien, Tabellen und Fotos hochladen und Fragen dazu stellen

Varianten und Zugang

ChatGPT gibt es im Browser unter **chatgpt.com**, als App für iPhone und Android sowie als Programm für Windows und macOS. Die kostenlose Version genügt für diesen Kurs und für die meisten privaten Anwendungen. Bezahlpläne (Go, Plus, Pro) bieten höhere Limits, die leistungsfähigsten Modelle und Zusatzfunktionen wie mehr Bildgenerierung oder ausführliche Recherchen. Für Unternehmen gibt es Team- und Enterprise-Pläne mit gesonderten Datenschutzregeln.

Praxis

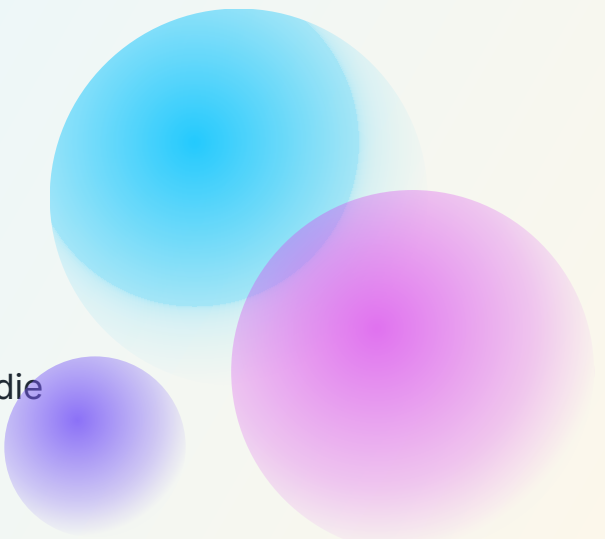
OpenAI ändert Oberfläche, Modellnamen und Funktionsumfang laufend. Bezeichnungen in dieser Unterlage können von dem abweichen, was Sie auf dem Bildschirm sehen. Das Prinzip bleibt gleich.

Grenzen, die Sie von Anfang an kennen sollten

- **Halluzinationen:** ChatGPT erfindet gelegentlich Fakten, Zitate, Quellen oder Gesetzesparagrafen, die es nicht gibt – und formuliert sie genauso selbstbewusst wie richtige Angaben.
- **Wissensstand:** Das Modell wurde bis zu einem bestimmten Zeitpunkt trainiert. Für aktuelle Informationen muss es im Internet suchen (Modul 9).
- **Rechnen:** Einfache Rechnungen klappen meist, bei komplexen Berechnungen lohnt sich eine Kontrolle.
- **Kontext:** ChatGPT kennt nur, was Sie ihm mitteilen. Je genauer Ihre Beschreibung, desto passender die Antwort.

Erste Schritte: Konto und Oberfläche

Sie legen ein eigenes Konto an und kennen die wichtigsten Bedienelemente von ChatGPT.



Erste Schritte: Konto und Oberfläche

Konto anlegen

1. Rufen Sie im Browser **chatgpt.com** auf oder installieren Sie die App „ChatGPT“ von OpenAI aus dem App Store bzw. Google Play Store. Achten Sie auf den Herausgeber OpenAI – es gibt viele Nachahmer-Apps.
2. Klicken Sie auf **Registrieren**.
3. Wählen Sie eine Anmeldeart: mit E-Mail-Adresse und einem neuen Passwort oder über ein vorhandenes Google-, Microsoft- oder Apple-Konto.
4. Bei Anmeldung per E-Mail: Bestätigen Sie den Link in der E-Mail, die Sie von OpenAI erhalten.
5. Geben Sie Ihren Namen und Ihr Geburtsdatum an. Die Nutzung ist ab 13 Jahren erlaubt, unter 18 nur mit Zustimmung der Eltern.
6. Fertig. Sie landen direkt im Chatfenster.

ChatGPT lässt sich auch ohne Konto ausprobieren. Mit Konto bleibt Ihr Chatverlauf erhalten, Sie können Dateien hochladen und alle Funktionen der kostenlosen Version nutzen.

Die Oberfläche

- **Eingabefeld** unten in der Mitte: Hier schreiben Sie Ihren Prompt. Enter sendet, Umschalt + Enter erzeugt einen Zeilenumbruch.
- **Plus-Symbol** im Eingabefeld: Dateien und Fotos anhängen, Werkzeuge wie Websuche oder Bildgenerierung auswählen.
- **Mikrofon**: Eingabe diktieren statt tippen.

- **Seitenleiste** links: neuer Chat, Suche im Verlauf, Projekte, GPTs, Liste der bisherigen Chats. Jeder Chat lässt sich umbenennen, teilen, archivieren oder löschen.
- **Modellauswahl** oben: Hier wechseln Sie zwischen dem Standardmodell und – je nach Plan – schnelleren oder gründlicher „denkenden“ Modellen. Für den Anfang bleibt die Standardeinstellung.
- **Unter jeder Antwort**: Kopieren, Antwort neu erzeugen, Daumen hoch oder runter, Vorlesen.
- **Einstellungen**: Klick auf Ihr Profil unten links (Browser) bzw. oben (App). Dort finden Sie Sprache, Erscheinungsbild, Personalisierung und die Datenkontrollen (Modul 8).

Beispielprompt

Stell dich kurz vor und erkläre mir in drei Sätzen, wobei du mir helfen kannst.



Gute Gewohnheiten von Anfang an

- Pro Thema ein eigener Chat. So bleiben die Antworten fokussiert und Sie finden Dinge später wieder.
- Du oder Sie – beides funktioniert. ChatGPT passt sich Ihrem Ton an.
- Tippfehler stören nicht. Das Modell versteht auch unsaubere Eingaben.
- Sie dürfen widersprechen: „Das stimmt nicht, bitte prüfe das noch einmal.“

Grundlegende Interaktionen

Sie stellen Fragen, steuern Länge und Form der Antworten und führen ein Gespräch über mehrere Schritte.



Grundlegende Interaktionen

Fragen stellen

Die einfachste Form der Nutzung ist die Frage. ChatGPT antwortet in ganzen Sätzen, gegliedert und in der Sprache, in der Sie fragen. Anders als bei einer Suchmaschine erhalten Sie keine Liste von Links, sondern eine formulierte Antwort – mit allen Vor- und Nachteilen, die das hat.

Beispielprompt

Warum wird es im Herbst früher dunkel? 

Beispielprompt

Was ist der Unterschied zwischen einem Girokonto und einem Tagesgeldkonto? 

Beispielprompt

Erkläre mir, wie eine Wärmepumpe funktioniert, so dass es ein zehnjähriges Kind versteht. 

Antworten steuern

Sie bestimmen, wie die Antwort aussehen soll. Diese Zusätze funktionieren als eigene Nachricht im laufenden Chat oder direkt im ersten Prompt:

- **Länge:** „Kürzer bitte“, „In einem Satz“, „Maximal 100 Wörter“, „Ausführlicher“
- **Schwierigkeit:** „Einfacher“, „Ohne Fachbegriffe“, „Für Fortgeschrittene“

- **Form:** „Als Tabelle“, „Als nummerierte Liste“, „Als Fließtext“, „Als Schritt-für-Schritt-Anleitung“
- **Beispiele:** „Gib mir ein Beispiel dazu“, „Nenne drei Beispiele aus dem Alltag“
- **Sprache:** „Übersetze das ins Englische“, „Antworte auf Deutsch“
- **Ton:** „Freundlicher“, „Sachlicher“, „Förmlich“

Das Gespräch fortführen

ChatGPT merkt sich innerhalb eines Chats, worüber Sie sprechen. Sie müssen Ihre Frage nicht wiederholen, sondern können direkt anschließen: „Und wie ist das bei Kindern?“ – „Gilt das auch in Österreich?“ – „Was spricht dagegen?“

Woher weiß ich, ob die Antwort stimmt?

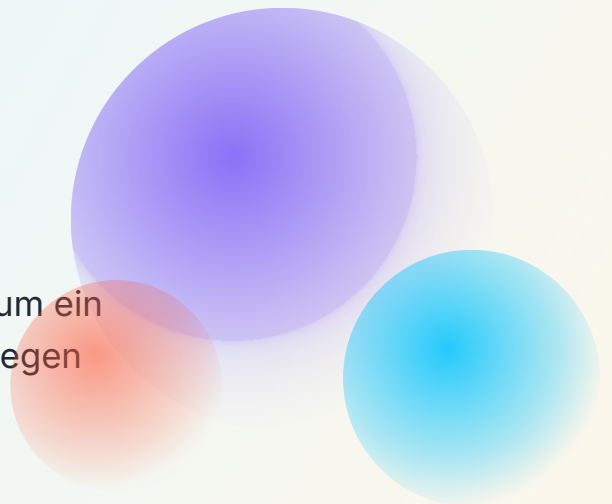
Für Erklärungen allgemein bekannter Sachverhalte ist ChatGPT zuverlässig. Bei Zahlen, Daten, Namen, Gesetzen, Preisen und allem, was aktuell ist, prüfen Sie nach – über eine Suchmaschine, die offizielle Quelle oder mit der Websuche in ChatGPT.

Beispielprompt

Wie sicher bist du dir bei dieser Angabe, und woher stammt sie? 

Problemlösung mit ChatGPT

Sie nutzen ChatGPT als Gesprächspartner, um ein Problem zu durchdenken, in Schritte zu zerlegen und zu einer Lösung zu kommen.



Problemlösung mit ChatGPT

Vorgehen in fünf Schritten

1. **Problem beschreiben:** Was genau ist los? Seit wann? Was haben Sie schon versucht?
2. **Kontext geben:** Welche Geräte, welche Situation, welche Einschränkungen (Zeit, Geld, Kenntnisse)?
3. **Ziel nennen:** Was soll am Ende erreicht sein?
4. **Antwort prüfen:** Ist das nachvollziehbar? Passt es zu meiner Situation?
5. **Nachsteuern:** „Das hat nicht funktioniert, weil ...“ – und weiter geht es.

Rückfragen anfordern

Ein besonders nützlicher Trick: Bitten Sie ChatGPT, zuerst Fragen zu stellen, bevor es antwortet. So liefert es keine Standardlösung, sondern geht auf Ihre Situation ein.

Beispielprompt

Mein WLAN ist im Schlafzimmer sehr langsam, im Wohnzimmer dagegen schnell. Stelle mir zuerst fünf Fragen, die du brauchst, um mir zu helfen. Antworte erst danach mit Lösungsvorschlägen.



Beispiele für Problemstellungen

- **Technik:** Der Drucker druckt nicht mehr. Die Fehlermeldung lautet „0x80070005“ – was bedeutet das?
- **Behördenpost:** Einen Bescheid in Alltagssprache erklären lassen und klären, ob eine Frist läuft.
- **Entscheidungen:** Vor- und Nachteile gegenüberstellen, zum Beispiel Leasing oder Kauf, Umzug oder Umbau.
- **Planung:** Ein großes Vorhaben in Wochenpakete zerlegen, etwa ein Umzug in sechs Wochen.
- **Konflikte:** Eine schwierige Nachricht an den Vermieter formulieren – sachlich, aber bestimmt.
- **Büro:** Eine Excel-Formel finden, die bei über 500 Zeilen die Summe pro Monat bildet.

Schritt für Schritt denken lassen

Bei kniffligen Aufgaben helfen

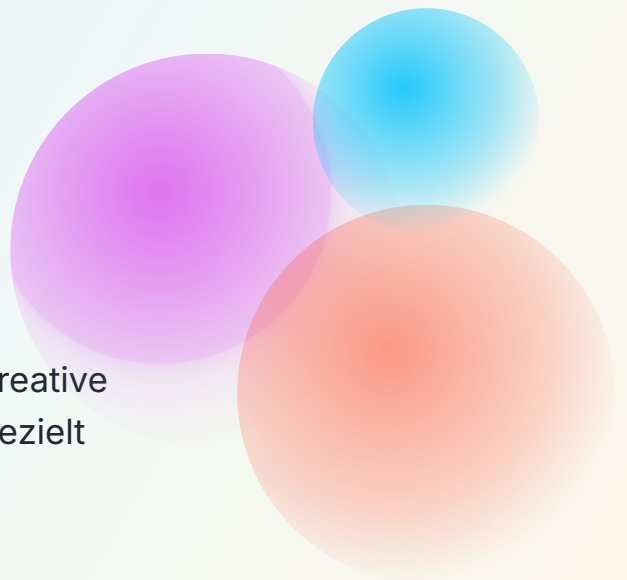
Formulierungen wie „Gehe Schritt für Schritt vor“, „Erkläre mir zuerst dein Vorgehen“ oder „Nenne mir zuerst die drei wahrscheinlichsten Ursachen, dann zu jeder eine Prüfung“. Das Ergebnis wird strukturierter und Fehler fallen leichter auf.

Wichtig

Bei rechtlichen, medizinischen oder finanziellen Fragen liefert ChatGPT eine erste Orientierung und hilft, die richtigen Fragen zu formulieren. Die verbindliche Auskunft kommt weiterhin von Anwältin, Arzt oder Beraterin.

Kreative Anwendungen

Sie nutzen ChatGPT für Ideenfindung und kreative Texte und lernen, Varianten und Tonlagen gezielt anzufordern.



Kreative Anwendungen

Ideen sammeln

ChatGPT hat keine Hemmungen, 20 Vorschläge zu machen, von denen 17 unbrauchbar sind – und genau das ist beim Brainstorming der Vorteil. Sie sichten, kombinieren und verfeinern.

Beispielprompt

Gib mir 15 Geschenkideen für meinen Vater zum 70. Geburtstag. Er wandert gern, hört Jazz und kocht am liebsten italienisch. Budget bis 80 Euro. Keine Gutscheine.



Beispielprompt

Wir suchen ein Motto für unser Vereinsfest im Sommer. Der Verein ist ein Schachclub mit vielen Familien. Schlage zehn Mottos vor, davon fünf lustig und fünf klassisch.



Texte schreiben lassen

Gedichte, Reden, Geschichten, Glückwünsche, Beiträge für die Vereinszeitung: Je konkreter Sie Person, Anlass und gewünschte Stimmung beschreiben, desto weniger austauschbar wird der Text. Anschließend ändern Sie den Ton, kürzen oder lassen sich drei Varianten geben.

Beispielprompt

Schreibe eine kurze Rede (etwa zwei Minuten) zum 40. Dienstjubiläum unserer Kollegin Petra. Sie ist bekannt für ihre Ruhe, ihren trockenen Humor und ihren Kuchen am Freitag. Ton: herzlich, nicht kitschig.



Rollen vergeben

Mit einer Rolle geben Sie ChatGPT eine Perspektive vor. Das verändert Wortwahl, Tiefe und Schwerpunkt der Antwort.

Beispielprompt

Du bist ein erfahrener Reiseleiter für Norditalien. Plane mir drei Tage in Verona für ein Paar, das gern zu Fuß unterwegs ist, gutes Essen mag und keine Museen braucht.



Bilder erzeugen

ChatGPT kann auch Bilder erzeugen: Einladungskarten, Logos für den Verein, Illustrationen für Präsentationen. Sie beschreiben das Motiv, den Stil und das Format. In der kostenlosen Version ist die Zahl der Bilder pro Tag begrenzt. Mehr dazu in Modul 9.

Tipps und Tricks für gute Prompts

Sie kennen die Bausteine eines guten Prompts, vermeiden typische Fehler und wissen, wie Sie eine Antwort schrittweise verbessern.



Tipps und Tricks für gute Prompts

Die vier Bausteine

Ein Prompt muss nicht lang sein, aber vollständig. Die meisten guten Prompts enthalten diese vier Angaben:

1. **Rolle:** Aus welcher Perspektive soll geantwortet werden? („Du bist eine erfahrene Steuerberaterin ...“)
2. **Aufgabe:** Was genau soll passieren? („Schreibe ...“, „Erkläre ...“, „Vergleiche ...“, „Prüfe ...“)
3. **Kontext:** Für wen, in welcher Situation, mit welchen Einschränkungen?
4. **Format:** Länge, Aufbau, Ton, Sprache.

Vorher und nachher

Vorher

Schreib eine E-Mail an meinen Chef wegen Urlaub.



Nachher

Schreibe eine kurze, höfliche E-Mail an meinen Vorgesetzten Herrn Weber. Ich möchte vom 14. bis 25. Oktober Urlaub nehmen. Erwähne, dass die Vertretung mit meiner Kollegin Frau Yilmaz abgesprochen ist. Ton: freundlich und sachlich, maximal sechs Sätze, mit Betreffzeile.



- **Zielgruppe nennen:** „Für Seniorinnen und Senioren ohne Vorkenntnisse“, „Für Fachleute“.
- **Negativ abgrenzen:** „Keine Aufzählungen“, „Keine Anglizismen“, „Nenne nur Optionen unter 50 Euro“.
- **Unsicherheit einfordern:** „Wenn du dir nicht sicher bist, sag es, statt zu raten.“
- **Selbstprüfung:** „Prüfe deine Antwort noch einmal auf Fehler und korrigiere sie.“
- **Zusammenfassen lassen:** Bei langen Chats: „Fasse zusammen, was wir bisher festgelegt haben.“ Das Ergebnis können Sie in einen neuen Chat übernehmen.
- **Iterieren:** Der erste Prompt muss nicht perfekt sein. Zwei oder drei Nachbesserungen sind normal und schneller als langes Formulieren.

Typische Fehler

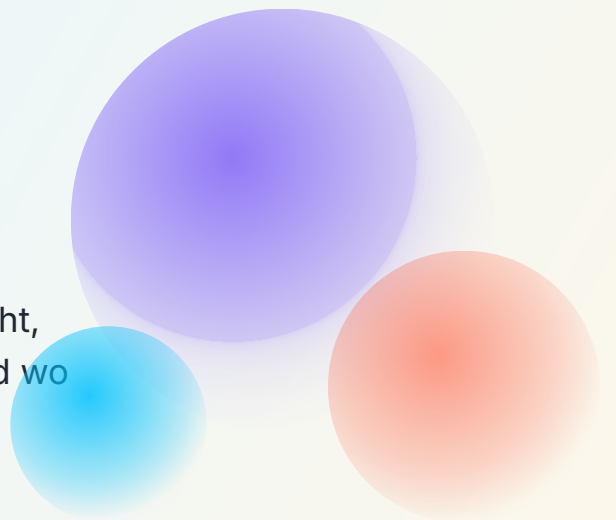
- Zu vage: „Erzähl mir was über Ernährung.“
- Zu viele Aufgaben auf einmal: übersetzen, kürzen, bewerten und umformatieren in einem Satz.
- Kontext weglassen und dann über die allgemeine Antwort ärgern.
- Nach dem ersten Ergebnis aufgeben, statt nachzusteuern.
- Ergebnis ungeprüft übernehmen.

Weitere Techniken

- **Beispiele mitgeben:** „Schreibe im Stil dieses Textes: ...“ – ChatGPT übernimmt Ton und Aufbau.

Ethik und Datenschutz

Sie wissen, was mit Ihren Eingaben geschieht,
welche Daten nicht in ChatGPT gehören und wo
Ihre Verantwortung beginnt.



Ethik und Datenschutz

Was mit Ihren Eingaben passiert

- Alles, was Sie eingeben oder hochladen, wird an Server von OpenAI übertragen und dort verarbeitet – auch außerhalb der EU.
- Bei privaten Konten (Free, Go, Plus, Pro) dürfen Ihre Chats standardmäßig zum Training künftiger Modelle verwendet werden. Das lässt sich abschalten: Einstellungen → Datenkontrollen → „Das Modell für alle verbessern“ deaktivieren.
- Ein **temporärer Chat** erscheint nicht im Verlauf, wird nicht fürs Training genutzt und nach kurzer Zeit gelöscht. Geeignet für alles, was Sie nicht dauerhaft gespeichert wissen wollen.
- Gelöschte Chats verschwinden aus Ihrem Verlauf; OpenAI bewahrt sie nach eigenen Angaben noch eine begrenzte Zeit auf.
- Bei Unternehmenskonten gelten andere Regeln: Dort werden Daten standardmäßig nicht zum Training verwendet.

Achtung Datenschutz – das gehört nicht in ChatGPT

- Personenbezogene Daten anderer Menschen: Namen in Verbindung mit Adressen, Geburtsdaten, Gesundheitsinformationen, Gehälter, Kundendaten.
- Passwörter, Kontonummern, Zugangsdaten jeder Art.
- Vertrauliche Unterlagen des Arbeitgebers – Verträge, interne Berichte, Kundendokumente – ohne ausdrückliche Freigabe.
- Fotos oder Dokumente anderer Personen ohne deren Einverständnis.

Die Lösung heißt anonymisieren: „Ein Mitarbeiter, 52 Jahre, seit 20 Jahren im Betrieb“ statt Name und Personalnummer. Die Antwort wird dadurch nicht schlechter.

Im Beruf

Viele Arbeitgeber haben Regeln für den Einsatz von KI-Werkzeugen – als Dienstanweisung, Betriebsvereinbarung oder Leitfaden. Fragen Sie nach, bevor Sie ChatGPT für dienstliche Aufgaben nutzen. Die Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) gilt unabhängig davon, ob ein Mensch oder eine KI die Daten verarbeitet.

Verantwortung bleibt bei Ihnen

- **Richtigkeit:** Wer einen KI-Text weitergibt, steht für den Inhalt gerade. Prüfen Sie Zahlen, Namen, Quellen und Zitate.
- **Urheberrecht:** KI-Texte und -Bilder sind in Deutschland in der Regel nicht selbst urheberrechtlich geschützt. Umgekehrt kann eine Ausgabe fremdes Material enthalten. Für Veröffentlichungen gilt: Kennzeichnen und im Zweifel prüfen.
- **Kennzeichnung:** Die EU-KI-Verordnung (AI Act) verlangt in bestimmten Fällen, KI-erzeugte Inhalte als solche zu kennzeichnen. In vielen Zusammenhängen ist Transparenz ohnehin eine Frage der Fairness – etwa bei Bewerbungen, in Schule und Studium oder in der Kundenkommunikation.
- **Verzerrungen:** Das Modell hat aus menschlichen Texten gelernt und übernimmt deren Schiefen – bei Geschlecht, Herkunft, Alter. Antworten zu Menschen und Gruppen verdienen einen zweiten Blick.
- **Täuschung:** Mit KI lassen sich täuschend echte Texte, Stimmen und Bilder erzeugen. Der Umkehrschluss: Nicht alles, was echt wirkt, ist es auch. Gesundes Misstrauen bei unerwarteten Anrufen, Nachrichten und Videos ist heute Grundausstattung.

Fortgeschrittene Funktionen

Sie kennen die Funktionen jenseits des einfachen Textchats und wissen, wofür sie sich eignen.



Fortgeschrittene Funktionen

Die folgenden Funktionen erreichen Sie über das Plus-Symbol im Eingabefeld, die Seitenleiste oder die Einstellungen. Der Umfang hängt vom Plan ab; in der kostenlosen Version gelten Tageslimits.

Websuche

Mit aktivierter Websuche greift ChatGPT auf aktuelle Internetseiten zu und nennt seine Quellen. Damit lassen sich Fragen zu Nachrichten, Preisen, Öffnungszeiten oder Veranstaltungen beantworten, die das Modell aus dem Training nicht kennen kann.

Dateien und Fotos hochladen

PDF-Dateien, Word-Dokumente, Tabellen und Bilder können Sie anhängen und dazu Fragen stellen: „Fasse den Vertrag zusammen“, „Welche Fristen stehen in diesem Schreiben?“, „Was steht auf diesem Schild?“, „Welche Pflanze ist das?“. Bei Tabellen kann ChatGPT rechnen, sortieren und Diagramme erstellen.

Bilder erzeugen und bearbeiten

Beschreiben Sie Motiv, Stil und Format – „Aquarell“, „Fotorealistisch“, „Strichzeichnung“, „quadratisch“ – und lassen Sie das Ergebnis anpassen: „Mehr Licht“, „ohne Text“, „im Hintergrund ein Fluss“. Auch eigene Fotos lassen sich bearbeiten, etwa um den Hintergrund zu ändern.

Sprachmodus

In der App sprechen Sie mit ChatGPT wie am Telefon, in ganzen Sätzen und mit Unterbrechungen. Das eignet sich zum Üben von Fremdsprachen, für Erklärungen unterwegs oder wenn Tippen unpraktisch ist. Über die Kamera kann ChatGPT im Gespräch sehen, was Sie sehen.

Canvas

Canvas öffnet einen Text neben dem Chat als bearbeitbares Dokument. Sie markieren

einzelne Absätze und lassen nur diese ändern, statt jedes Mal den ganzen Text neu erzeugen zu lassen. Nützlich für längere Schreiben, Bewerbungen und Artikel.

Projekte

Ein Projekt bündelt mehrere Chats, hochgeladene Dateien und feste Anweisungen zu einem Thema – etwa „Hausbau“, „Bewerbung 2026“ oder „Vereinsarbeit“. Alle Chats innerhalb des Projekts kennen dessen Dateien und Vorgaben.

Gedächtnis und Personalisierung

ChatGPT kann sich Angaben über Chats hinweg merken: Ihren Beruf, Ihre bevorzugte Anrede, dass Sie Antworten ohne Aufzählungen mögen. In den Einstellungen unter Personalisierung sehen und löschen Sie gespeicherte Erinnerungen und legen eigene Anweisungen fest, die für alle Chats gelten.

GPTs

GPTs sind vorkonfigurierte Assistenten für bestimmte Aufgaben – Sprachlehrer, Reiseplaner, Rezeptassistent –, erstellt von OpenAI oder anderen Nutzern. Sie finden sie über die Seitenleiste. Eigene GPTs zu erstellen setzt einen Bezahlplan voraus.

Denkmodus und ausführliche Recherche

Für komplexe Aufgaben gibt es Modelle, die vor der Antwort länger „nachdenken“ und Zwischenschritte prüfen. Die Funktion Deep Research recherchiert selbstständig mehrere Minuten im Internet und liefert einen ausführlichen Bericht mit Quellen. Beides ist in der kostenlosen Version begrenzt.

Praktische Anwendungen in Alltag und Beruf

Sie sehen, wo ChatGPT in Alltag und Beruf hilft,
und wissen, wie Sie nach dem Kurs weitermachen.



Praktische Anwendungen in Alltag und Beruf

Im Alltag

- Schriftverkehr: Kündigungen, Widersprüche, Beschwerden, Anfragen an Behörden
- Reisen: Routen, Packlisten, Sehenswürdigkeiten, Übersetzungshilfe unterwegs
- Küche: Rezepte aus vorhandenen Zutaten, Wochenpläne, Einkaufslisten
- Lernen: Sprachen üben, Prüfungsfragen abfragen lassen, Themen erklären lassen
- Haushalt: Anleitungen, Reparaturtipps, Vergleiche vor dem Kauf
- Familie: Kinderfragen beantworten, Spiele für den Nachmittag, Geburtstage planen
- Ehrenamt: Einladungen, Protokolle, Presstexte für den Verein
- Gliederungen für Präsentationen und Konzepte
- Excel-Formeln erklären und erstellen
- Stellenanzeigen, Bewerbungen und Lebensläufe überarbeiten
- Fachtexte in Alltagssprache übersetzen – und umgekehrt
- Texte Korrektur lesen lassen: Rechtschreibung, Grammatik, Stil

Wie es nach dem Kurs weitergeht

- Nutzen Sie ChatGPT in den nächsten zwei Wochen für jede Aufgabe, bei der Sie denken „das könnte ich mal ausprobieren“. Routine entsteht durch Wiederholung, nicht durch Lesen.
- Legen Sie sich eine eigene Sammlung bewährter Prompts an – in einem Projekt in ChatGPT oder in einer einfachen Notiz. Anhang A gibt einen Grundstock.
- Schauen Sie über den Tellerrand: Anhang C stellt weitere KI-Assistenten vor, die sich bei bestimmten Aufgaben lohnen.

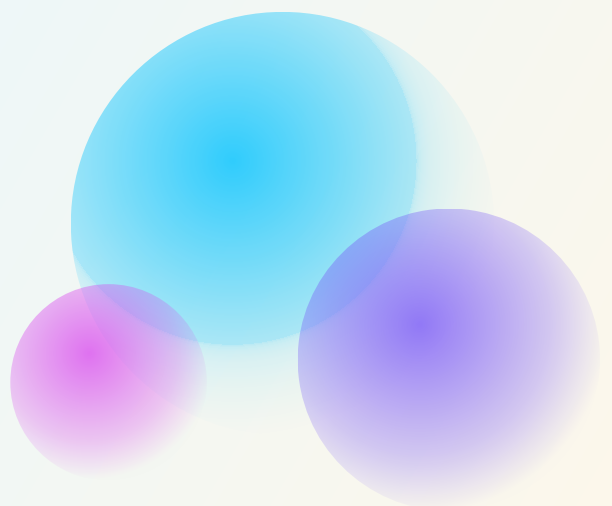
Im Beruf

- E-Mails formulieren, kürzen, freundlicher oder bestimmter machen
- Lange Texte und Berichte zusammenfassen
- Besprechungsnotizen in ein sauberes Protokoll verwandeln

A–C

Anhang

A Prompt-Vorlagen
B Glossar
C Weitere KI-Assistenten



Anhang A – Prompt-Vorlagen

Ersetzen Sie die Angaben in eckigen Klammern durch Ihre eigenen und ergänzen Sie, was für Ihre Situation wichtig ist.

E-Mail schreiben

Vorlage

Schreibe eine E-Mail an [Empfänger] zum Thema [Thema]. Ziel der E-Mail: [was erreicht werden soll]. Ton: [freundlich / sachlich / förmlich]. Länge: maximal [Anzahl] Sätze. Mit Betreffzeile und Grußformel.



Text zusammenfassen

Vorlage

Fasse den folgenden Text in [Anzahl] Sätzen zusammen. Nenne anschließend die drei wichtigsten Punkte als Liste. Text: [Text einfügen oder Datei anhängen]



Etwas erklären lassen

Vorlage

Erkläre mir [Begriff oder Thema] so, dass es jemand ohne Vorkenntnisse versteht. Nutze ein Beispiel aus dem Alltag. Maximal 150 Wörter.



Schreiben an eine Behörde oder Firma

Vorlage

Formuliere ein Schreiben an [Behörde / Firma] wegen [Anliegen]. Sachverhalt: [kurze Beschreibung]. Ich möchte erreichen, dass [Ziel]. Ton: höflich, bestimmt, ohne Drohungen. Weise auf eine Antwortfrist von 14 Tagen hin.



Etwas planen

Vorlage

Hilf mir, [Vorhaben] zu planen. Zeitrahmen: [Dauer]. Rahmenbedingungen: [Budget, Personen, Einschränkungen]. Stelle mir zuerst Rückfragen, dann erstelle einen Plan mit Schritten und Zeitangaben.



Ideen sammeln

Vorlage

Gib mir [Anzahl] Ideen für [Anlass oder Problem]. Rahmen: [Budget, Zielgruppe, Ort]. Mische naheliegende und ungewöhnliche Vorschläge. Je Idee ein Satz.



Korrektur lesen

Vorlage

Korrigiere Rechtschreibung, Grammatik und Zeichensetzung im folgenden Text. Ändere den Inhalt und den Stil nicht. Liste anschließend auf, was du geändert hast. Text: [Text einfügen]



Lernen und abfragen

Vorlage

Ich lerne gerade [Thema]. Stelle mir nacheinander zehn Fragen dazu. Warte jeweils auf meine Antwort, sag mir, ob sie richtig ist, und erkläre kurz die Lösung.



Entscheidung vorbereiten

Vorlage

Ich überlege, [Option A] oder [Option B]. Meine Situation: [Beschreibung]. Stelle Vor- und Nachteile in einer Tabelle gegenüber und nenne die Fragen, die ich mir vor der Entscheidung stellen sollte.



Anhang B – Glossar

Künstliche Intelligenz (KI)

Sammelbegriff für Programme, die Aufgaben lösen, für die bisher menschliches Denken nötig war.

Generative KI

KI, die neue Inhalte erzeugt – Texte, Bilder, Musik, Videos, Programmcode.

Sprachmodell (LLM)

Ein mit sehr großen Textmengen trainiertes Modell, das Sprache erzeugt, indem es Wort für Wort die wahrscheinlichste Fortsetzung berechnet. LLM steht für Large Language Model.

GPT

Generative Pre-trained Transformer – Bezeichnung der Modellfamilie von OpenAI, auf der ChatGPT beruht.

OpenAI

US-amerikanisches Unternehmen mit Sitz in San Francisco, das ChatGPT entwickelt und betreibt.

Prompt

Ihre Eingabe an die KI – eine Frage, Aufgabe oder Anweisung.

Kontext

Alles, was das Modell bei der Antwort berücksichtigt: Ihr aktueller Prompt, der bisherige Chatverlauf, angehängte Dateien und gespeicherte Anweisungen.

Halluzination

Eine Antwort, die überzeugend klingt, aber falsch oder erfunden ist – etwa nicht existierende Quellen, Zitate oder Paragraphen.

Training / Trainingsdaten

Der Prozess, in dem das Modell aus großen Datenmengen lernt, und die dafür verwendeten Texte und Bilder.

Wissensstand

Der Zeitpunkt, bis zu dem die Trainingsdaten reichen. Spätere Ereignisse kennt das Modell nur über die Websuche.

Token

Die Einheit, in der Sprachmodelle Text verarbeiten – ungefähr ein Wort oder ein Wortteil. Nutzungslimits werden oft in Tokens gemessen.

Websuche

Funktion, mit der ChatGPT aktuelle Internetseiten abrufen und als Quellen angibt.

Temporärer Chat

Ein Chat, der nicht im Verlauf gespeichert und nicht zum Training verwendet wird.

GPTs

Vorkonfigurierte Assistenten innerhalb von ChatGPT für bestimmte Aufgaben.

Bias (Verzerrung)

Systematische Schiefheiten in den Antworten, die aus den Trainingsdaten übernommen wurden.

DSGVO

Datenschutz-Grundverordnung der EU. Regelt den Umgang mit personenbezogenen Daten – auch bei der Nutzung von KI.

AI Act

Die KI-Verordnung der EU. Stuft KI-Anwendungen nach Risiko ein und legt unter anderem Transparenzpflichten fest.

Anhang C – Weitere KI-Assistenten

ChatGPT ist der bekannteste, aber nicht der einzige KI-Assistent. Die Grundprinzipien dieses Kurses – klare Prompts, Kontext geben, Antworten prüfen – gelten bei allen. Ein Blick auf Alternativen lohnt sich, weil jeder Anbieter eigene Stärken hat.

- **Claude** (Anthropic) – stark bei längeren Texten, Zusammenfassungen und sorgfältigen Formulierungen; claude.ai
- **Gemini** (Google) – eng mit Google-Diensten wie Gmail, Docs und Maps verbunden; gemini.google.com
- **Copilot** (Microsoft) – in Windows, Edge und Microsoft 365 integriert; copilot.microsoft.com

- **Perplexity** – auf Recherche mit Quellenangaben ausgerichtet; perplexity.ai
- **Le Chat** (Mistral) – europäischer Anbieter aus Frankreich; chat.mistral.ai

Für alle gilt: kostenlose Einstiegsversionen mit Limits, Bezahlpläne für intensivere Nutzung und dieselben Datenschutzfragen wie in Modul 8.

Produktnamen und Funktionsbezeichnungen sind Eigentum der jeweiligen Anbieter. Stand: September 2026.

Einführung in ChatGPT

Schulungen zu künstlicher Intelligenz, Microsoft Office und IT-Grundlagen – im Schulungsraum in Wuppertal, bei Ihnen vor Ort oder live online.